

## **ТРАВЛЯ (БУЛЛИНГ, МОББИНГ) -**

это вид группового эмоционального и/или физического насилия.

Подвергая человека травле, над ним смеются, издеваются, его подчеркнуто игнорируют, оскорбляют, унижают, толкают, бьют, удерживают силой, отнимают, прячут и портят его вещи и т. д., причем все это делается систематически, группой или агрессором при поддержке группы.

Ребёнок, подвергнутый травле, испытывает **УЖАС, СТРАДАНИЕ**, ощущая себя так, будто его жизнь в опасности.

Чтобы остановить травлю, важна чёткая позиция всего педагогического коллектива – **насилие недопустимо.**

Если вы заметили травлю в классе, эту информацию необходимо донести всем учителям, кто работает в этом классе, в т.ч. педагогу-психологу и администрации.

Важно, чтобы каждый педагог, работающий в классе, где происходит травля, действовал согласованно, по единому алгоритму.

Преследователи должны услышать от учителя: "То, что вы делаете называется насилие. Это не шутка и не игра".

**ЛЮБОЙ РЕБЁНОК ДОЛЖЕН БЫТЬ ЗАЩИЩЁН.  
БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЁНКА В ШКОЛЕ – НАША С  
ВАМИ ЗАДАЧА.**

# КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ

Рекомендации для педагогов и классных руководителей



# КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ?

## ЧТО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

### Ждать, что само пройдет

Детям до 12 лет сложно опираться на свои собственные моральные ориентиры и бороться с общественным давлением. В подростковом возрасте кто-то может высказать своё мнение о травле в негативном ключе, но чаще всего травля сама по себе не проходит.

### Искать причины и объяснения

Не нужно пытаться выяснять причины, так как в любом случае насилие неприемлемо и его необходимо остановить. Никакими причинами нельзя оправдать насилие.

### Путать травлю и непопулярность

Не нужно открыто демонстрировать классу достоинства жертвы, **так как всё это может стать ещё одним поводом для травли!** Выиграл олимпиаду – «ботан». Помог кому-то – «подлиза». Нарисовал хорошо – «художник-мазиламочи Левитана».

### Считать травлю проблемой только жертвы

Явственно страдает только жертва, но в итоге страдает весь класс. Страдают свидетели, получая опыт бессилия перед властью толпы, им стыдно от того, что не помогли, боясь самим стать жертвой травли. Страдают преследователи, получая опыт безнаказанности, иллюзию своей силы и правоты. Всё это может сказаться на их отношениях в будущем. Страдает вся школа, так как отчаявшийся подросток может решиться на суицид или расстрел в школе.

### Считать травлю проблемой личностей, а не группы

Травля – болезнь группы. Работать надо с группой в целом. Причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы. Один и тот же ребенок может быть изгоем в одной группе и своим в другой.

## Давить на жалость

Не нужно пытаться объяснить как жертве плохо. Скорее всего это только укрепит преследователей в позиции сильного, который хочет казнить, хочет милует. Наша задача – перевести "луч прожектора" на саму травлю как явление, сделать мишенью насилие как таковое.

## Принимать правила игры

Часто взрослые, пытаясь помочь, на самом деле подкрепляют картину мира "сильный бьёт слабого", когда говорят пострадавшему: «Подумай, в чем ты сам мог бы измениться», или «Дай ему, чтоб неповадно было». По сути это звучит вот как: им виднее, каким ты должен быть, они сильны, а значит – правы. Или можешь наплевать на собственную безопасность («не бойся! дай отпор!») и озвереть, тогда тебя не тронут.

## ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ:

### Присвоить проблему

Весь педагогический коллектив должен иметь общий взгляд на проблему травли и всем должны быть известны алгоритмы согласованных действий в случае, когда кто-то заметил в одном из классов травлю.

### Назвать явление

Дети должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – не невинная забава, не игра и не шутка – это травля, это насилие, и это недопустимо. Не говорите преследователям: «Представляете, как ему плохо, как он несчастен?». Только: «Как было бы ВАМ в такой ситуации? Что чувствовали бы Вы?» И если в ответ идут живые чувства, не нападать. Только сочувствие: да, это всякому тяжело. Мы люди и нам важно быть вместе.

### Дать однозначную оценку травли

**ВАША позиция должна быть чёткой – насилие недопустимо.** Можно приводить примеры, что нам может что-то не нравиться в других людях, но это не повод грызть друг друга. Но самое главное, чтобы ВЫ САМИ искренне в это верили. Иначе, это будет звучать как нотация и не сработает.

## Обсуждать травлю как проблему группы

Нужно дать понять, что вы знаете, что происходит, что не намерены с этим мириться и обозначить травлю как **болезнь класса**. Если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если класс использует грязные способы общения, он тоже может заболеть – травлей. Давайте-ка вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс.

## Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор

Можно предложить детям оценить, каков их вклад в болезнь класса «травля». 1 балл – «я никогда в этом не участвую», 2 балла – «я иногда это делаю, но потом жалею», 3 балла – «травил, травлю и буду травить, это здорово». Даже если кто-то поставил 3 балла, не акцентируйте на этом внимание. Пусть все одновременно покажут на пальцах – сколько баллов они поставили бы себе?

## Сформулировать позитивные правила жизни в классе и заключить контракт

Например, «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают». Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять.

## Поддержка позитивных изменений

Необходимо регулярно спрашивать, как дела, что удается, что трудно, чем помочь. Можно сделать «счетчик травли»: какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похоже на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т.д.

## Гармонизировать иерархию

**Когда будет стабильный результат**, начинаем сплочение класса – праздники, смотрят талантов, походы, игры на командообразование и т.д.